



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 15 - 20 min    👤 2 porsjoner

AM 055\_2

# Fiskekaker med agurksalat og ovnsbakte gulrøtter, servert med epleddressing

## Ovnsbakte gulrøtter

400 g gulrøtter

## Agurksalat

1 stk agurk

½ stk rødløk

🏠 3 ss eplesider-,  
hvitvins- eller blank  
eddik

🏠 2 ss sukker

## Epleddressing

½-1 stk rødt eple

150 g yoghurt naturell

1 pakke kryddermiks  
med sennep og dill

## Fiskekaker

360 g fiskekaker

🏠 1 ss smør

🏠 salt

🏠 pepper

🏠 olje

🏠 bakepapir (kan  
sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte gulrøtter:** Skrell gulrøttene, og kutt dem i to på langs. Fordel dem på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek gulrøttene midt i ovnen i 15-18 minutter, eller til de er gjennomstekte.
- 3 **Agurksalat:** Skyll og kutt ønsket mengde av agurken i tynne skiver. Skrell og kutt løken i tynne skiver. Bland sammen agurken, løken, 3 ss eddik, 2 ss sukker og litt salt i en skål.
- 4 **Epleddressing:** Skyll og kutt eplet i små terninger. Rør sammen yoghurten, kryddermiksen, ønsket mengde av eplet i en skål. Spe med litt av laken fra agurksalaten, og smak til med salt og pepper.
- 5 **Fiskekaker:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje og 1 ss smør. Stek fiskekakene i 2-3 minutter på hver side, til de er gjennomvarme (se tips).
- 6 Nyt måltidet!

**Tips fra kokken:** For å spare tid og oppvask, kan du steke fiskekakene i ovnen sammen med gulrøttene de siste 10 minuttene av gulrøttenes steketid.